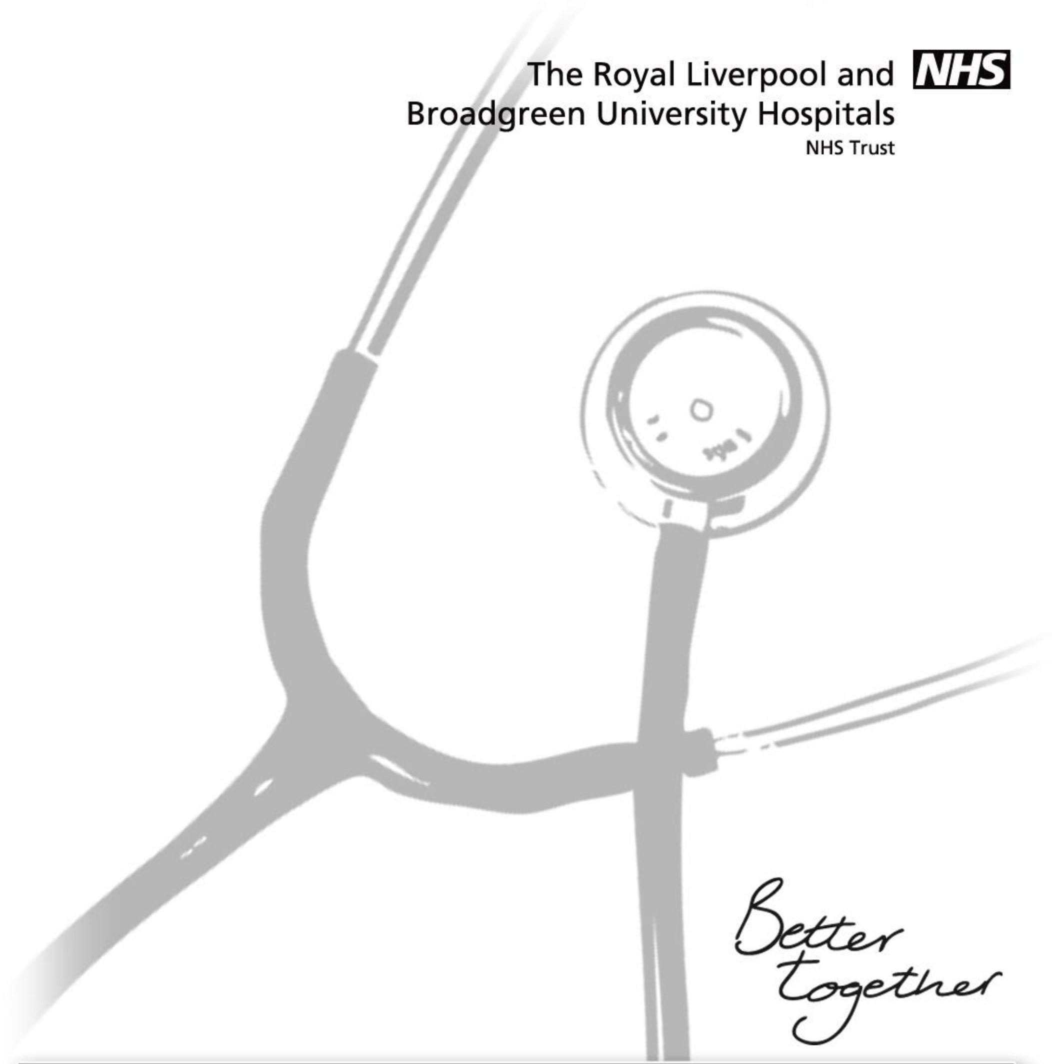
The Royal Liverpool and Broadgreen University Hospitals NHS Trust



Better together

রোগীর জন্য তথ্যাবলী

কর্টিজোন / স্টেরয়েড ইনজেক্‌শন

ট্রমা অ্যান্ড অর্থোপেডিক্স ডিরেক্টরেট

PIF 8979 / V1

আপন্ার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তার আপনাকে একটি কর্টিজোন ইনজেক্শন (স্টেরয়েড ইনজেক্শন) নেওয়ার পরামর্শ দিয়েছেন।

আপনি যদি বর্তমানে রক্ত পাতলা করার কোন ওষুধ নিয়ে থাকেন, সেক্ষেত্রে অনুগ্রহ করে, ইনজেকশনের অপেক্ষার তালিকায় যোগ করার সময় আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তারকে তা জানান।

একটি কর্টিজোন ইনজেক্শন কি?

কর্টিজোন (স্টেরয়েড) একটি প্রদাহনাশক ইনজেক্শন, যা আপনার প্রভাবিত জোড় বা নরম পেশীকলাতে ইনজেক্শনের মাধ্যমে সরাসরি প্রদান করা হয়। আপনার ইনজেক্শনটি এক্স-রে নির্দেশনা বা আল্ট্রাসাউন্ড নিয়ন্ত্রণের
মাধ্যমে প্রদানের প্রয়োজন হতে পারে, তবে যেখানে তা প্রয়োগ করা হবে সেই জায়গা/জোড়ের উপর তা নির্ভর করবে। এটি ইনজেক্শন দেওয়ার জায়গাটিকে নিখুঁতভাবে নির্দিষ্ট করতে সহায়তা করবে।

কর্টিজোন ইনজেক্শন নেওয়ার লাভগুলি কি কি?

এটি আপনার বর্তমান উপসর্গগুলি থেকে আরাম দিয়ে আপনাকে আপনার স্বাভাবিক কাজকর্মে ফিরে যেতে সহায়তা করতে পারে।

একটি কর্টিজোন ইনজেক্শন নেওয়ার উদ্দেশ্য কি?

এর উদ্দেশ্য হল আপনার ব্যথা থেকে আরাম দেওয়া এবং ফোলা বা কঠিন হয়ে যাওয়ার কোন উপসর্গকে হ্রাস করতে সহায়তা করা। তাছাড়াও এটি আপনার স্বাস্থ্যসমস্যা নির্ণয়ে সহায়তা করতে পারে এবং এটি খুব গুরুত্বপূর্ণ যে, আপনি যাতে ইনজেক্শন দেওয়ার পরের সপ্তাহগুলিতে আপনার শরীরের প্রতিক্রিয়া/উপসর্গগুলির উপর নজর রাখেন।

(আপনার উপসর্গগুলি সংক্রান্ত একটি রেকর্ড এবং কোন গুরুত্বপূর্ণ তথ্য লিখে রাখার জন্য এই তথ্যপত্রের শেষে জায়গা দেওয়া রয়েছে।

পরবর্তী ফলো-আপ ক্লিনিক অ্যাপয়েন্টমেন্টে আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তারকে দেখানোর সময় অনুগ্রহ করে, আপনার সাথে এটি নিয়ে আসুন)

একটি কর্টিজোন ইনজেক্শন নেওয়ার সাথে সংশ্লিষ্ট ঝুঁকিগুলি কি কি?

- ইনজেক্শনটি নেওয়ার পর তার জন্য আপনার কোন অ্যালার্জিগত প্রতিক্রিয়া হচ্ছে কি না তা দেখার জন্য সেখানে আপনাকে কিছুটা সময় অপেক্ষা করতে হবে। আপনার স্পেশ্যালিস্ট আপনাকে জানাবেন যে, আপনার পক্ষে কখন বাড়ি ফিরে যাওয়া নিরাপদ হবে।

- আপনি স্থানীয়ভাবে সামান্য পরিমাণ রক্তপাত দেখতে পেতে পারেন এবং ইনজেক্শন দেওয়ার জায়গা আবৃত করে একটি ড্রেসিং করা থাকবে এবং আপনাকে বাড়িতে যেতে দেওয়ার আগে আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তার এটিও খতিয়ে দেখবেন।

- আপনার ইনজেক্শন নেওয়ার পর প্রথম 24 থেকে 48 ঘন্টা বর্ধিত ব্যথা অনুভব করা স্বাভাবিক ব্যাপার। আপনি ইনজেক্শন দেওয়ার জায়গায় কিছু সাময়িক ছড়ে যাওয়া লক্ষ্য করতে পারেন এবং কয়েক দিনের মধ্যে এটি মিলিয়ে যাওয়া শুরু হওয়া উচিত।

- যদি 24 ঘন্টার বেশী সময়কাল ধরে ইনজেক্শন দেওয়ার জায়গাটি লাল, উষ্ণ বা ফোলা থাকে, সেক্ষেত্রে তা সম্ভবত কোন স্থানীয় সংক্রমণের জন্য হতে পারে (যদিও কর্টিজোন ইনজেক্শনের পর একটি সংক্রমণ তৈরী হওয়ার ঘটনা খুব বিরল)। পরামর্শ / একটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করে দেওয়ার জন্য অনুগ্রহ করে আপনার পারিবারিক ডাক্তার

(জিপি(GP))-এর সাথে যোগাযোগ করুন। আপনি সাধারণভাবে অসুস্থবোধ করতে শুরু করলে বা আপনার জ্বরের-মত উপসর্গগুলি হলে, অনুগ্রহ করে আপনার জিপি(GP)-র সাথে যোগাযোগ করুন বা এমার্জেন্সী ডিপার্টমেন্ট (A&E)-এ যান।

যদি একটি সম্ভাব্য সংক্রমণের জন্য আপনার জরুরী মেডিক্যাল পরামর্শের প্রয়োজন হয়, অনুগ্রহ করে আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তারকে তা জানান, যাতে আপনার জন্য তাড়াতাড়ি একটি ফলো-আপ অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করা যায় (অনুগ্রহ করে, এই পুস্তিকার শেষে মিঃ উইলয়াম্সের সেক্রেটারীর সাথে যোগাযোগের নম্বরটি দেখে নিন)।

- এটি সম্ভব যে, ইনজেক্শন নেওয়ার পর কয়েক ঘন্টার জন্য আপনার মুখ লাল হয়ে যেতে পারে। এটি মি্লিয়ে যাবে, তবে তা যদি 12 থেকে 24 ঘন্টার বেশী সময় ধরে থেকে যায়, অনুগ্রহ করে, আপনার জিপি(GP)-র সাথে যোগাযোগ করুন।

- একটি টেন্ডনে ইনজেক্শনটি দেওয়া হলে, টেন্ডনটির ক্ষতি হওয়ার একটি ঝুঁকি থাকে। আপনি যদি একটা সময়কাল ধরে একই জায়গাতে বারংবার ইনজেক্শনটি নিতে থাকেন, তার জন্য টেন্ডনটি দুর্বল হয়ে পড়তে পারে এবং এক বছরের সময়কালে আপনাকে কোনও ধরণের ইনজেক্শন তিনবারের বেশী প্রদানের সুপারিশ করা হয় না। তাছাড়াও, এর বেশী সংখ্যায় তা গ্রহণ করলে তা কর্টিজোন ইনজেক্শনগুলির কার্যকারিতাকে কমিয়ে দিতে পারে।

- এর একটি ছোট ঝুঁকি রয়েছে যে, আপনার ইনজেক্শন দেওয়ার জায়গায় মেদ হ্রাস হতে পারে বা ত্বক ফ্যাকাশে হয়ে যেতে পারে। সাধারণতঃ সময়ের সাথে সাথে তার সমাধান হয়ে যায়, তবে তার একটি স্থায়ী পরবর্তী প্রভাব থাকতে পারে।

- আপনার যদি ডায়াবেটিস থাকে, আপনার গ্লূকোজের মাত্রা সাময়িকভাবে বেড়ে যেতে পারে এবং আপনাকে ইনজেক্‌শন দেওয়ার পর 24 থেকে 48 ঘন্টার জন্য আরো নিবিড়ভাবে আপনার গ্লূকোজের মাত্রার উপর নজর রাখতে হবে।

আমার একটি কর্টিজোন ইনজেক্‌শন না নেওয়ার আর কি কোন কারণ থাকতে পারে?

আপনার যদি নীচের কোন একটি থাকে, আপনার কর্টিজোন ইনজেক্‌শন নেওয়া উচিত নয়।

আপনার যদি এগুলি থাকে অনুগ্রহ করে, আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তারকে তা জানান:

- কর্টিজোন / স্টেরয়েডের একটি জ্ঞাত অ্যালার্জি।
- আপনার বর্তমানে একটি সংক্রমণ রয়েছে।
- আপনি সাধারণভাবে অসুস্থবোধ করছেন।
- আপনার একটি অস্ত্রোপচার হতে চলেছে বা শীঘ্রই আপনার অস্ত্রোপচার হওয়ার তারিখ রয়েছে।
- গর্ভবতী / বুকের দুধ খাওয়ান।
- আপনার দুর্বলভাবে নিয়ন্ত্রিত ডায়াবেটিস রয়েছে।

আর কি কোন বিকল্প চিকিৎসা উপলব্ধ রয়েছে?

আপনার অবস্থার উপর নির্ভর করে, আপনার উপসর্গগুলির ক্ষেত্রে আরাম পেতে সহায়তার জন্য আপনি অন্য চিকিৎসাও গ্রহণ করতে সমর্থ হতে পারেন, যেমন জুতোর উপযোগীকরণের জন্য বা জুতোতে লাগানো যায় এরকম অফ-লোডিং ইনসোলগুলির জন্য অ্যাপ্লায়েন্স ডিপার্টমেন্টের কাছে রেফারাল পাঠানো।

ব্যথার ব্যবস্থাপনা বা জীবনধারার পরিবর্তন সংক্রান্ত পরামর্শ/সহায়তার জন্য আপনার জিপি(GP)-কে দেখানো চালিয়ে যাওয়া।

আপনার অবস্থার উপর নির্ভর করে, ফিজিওথেরাপির জন্য রেফারাল পাঠালেও তা আপনার জন্য উপকারী হতে পারে।

আমি যদি চিকিৎসা না করানোর সিদ্ধান্ত নিই তাহলে কি হবে**?**

আপনার বর্তমান উপসর্গগুলি চলতে থাকবে এবং তার বদলে আপনার জন্য রক্ষণশীল চিকিৎসার অপশনগুলি বিবেচনা করা সম্ভব হতে পারে। আপনি আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তারের সাথে এগুলি নিয়ে আলোচনা করতে পারবেন।

যদি একটি রোগ নির্ণয়কারী ই্নজেক্শন প্রদানের সুপারিশ করা হয়, তাহলে আপনার রোগনির্ণয় প্রভাবিত / বিলম্বিত হতে পারে।

আমাকে কি ধরণের অ্যানেস্থেটিক দেওয়া হবে?

আপনাকে একটি লোক্যাল অ্যানেস্থেটিক দেওয়া হবে, যা কর্টিজোন ওষুধের সাথে মিশিয়ে দেওয়া হবে এবং ইনজেক্শন দেওয়ার জায়গায় প্রয়োগ করা হবে। এটি জায়গাটিকে সাময়িকভাবে অসাড় করবে এবং সাধারণতঃ এক থেকে দুই ঘন্টার মধ্যে এর প্রভাব চলে যায়।

লোক্যাল অ্যানেস্থেটিক হল ওষুধ-প্রযুক্ত অসাড়তা: কোন কৌশলে প্রদান করা হচ্ছে তার উপর নির্ভর করে একজন অ্যানেস্থেটিক, সার্জন বা অন্য কোন স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের দ্বারা তা প্রদানকৃত হতে পারে। সমস্ত ওষুধের মত, লোক্যাল অ্যানেস্থেটিকগুলি প্রয়োজনীয় প্রভাবগুলির পাশাপাশি কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ারও কারণ হতে পারে। আপনার তন্দ্রাছন্নতা, ঝাপসা দৃষ্টি, ঘুমঘুম ভাব এবং কখনও কখনও সংজ্ঞা হারানোর অভিজ্ঞতা হতে পারে।

বিরল ক্ষেত্রে গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা যায়, যার মধ্যে রয়েছে মূর্ছা যাওয়া, রক্তচাপ কমে যাওয়া, শ্বাস-প্রশ্বাস ধীর হয়ে যাওয়া এবং হৃৎস্পন্দনের পরিবর্তন, যা প্রাণঘাতী হতে পারে। আপনার যদি এই প্রভাবগুলির কোনওটির সম্পর্কে কোন উদ্বেগ থাকে, আপনার তা নি্যে আপনার ডাক্তারের সাথে আলোচনা করা উচিত।

আরো তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে, "আপনি ও আপনার অ্যানেস্থেটিক" **(PIF 344)** শীর্ষক পুস্তিকার একটি কপি চেয়ে নিন।

আপনি যদি এই ঝুঁকিগুলির কোনওটি সম্পর্কে চিন্তিত হন, অনুগ্রহ করে, আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তার বা তার টীমের একজন সদস্যের সাথে কথা বলুন।

বাড়ি ফিরে যাওয়া

ইনজেক্শন দেওয়ার পর আপনাকে কিছুটা সময় অপেক্ষা করতে হবে, যতক্ষণ না আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তার আপনাকে ডিসচার্জ করা বা ছেড়ে দেওয়ার ব্যাপারে সন্তুষ্ট হচ্ছেন।

ব্যথা থেকে আরাম ও ওষুধ

আপনি হাসপাতাল ছেড়ে যাওয়ার আগে নার্সিং কর্মীরা আপনাকে পেইনকিলার বা ব্যথানিবারক ওষুধগুলির ব্যাপারে আপনাকে পরামর্শ দেবেন। অনুগ্রহ করে, নার্সদের জানান যে, আপনি বাড়িতে কোন্ পেইনকিলার ট্যাবলেটগুলি খেয়ে থাকেন।

আপনার ইনজেক্শনের জায়গা

ইনজেক্শন দেওয়ার পর, সেখানে একটি ড্রেসিং করা হবে এবং ইনজেক্শন দেওয়ার পরের দিন তা অপসারণ করা হতে পারে।

স্বাভাবিক কাজকর্মে ফিরে যাওয়া

ইনজেক্শনের একটি প্রভাব পেতে সাধারণত: এক সপ্তাহ পর্যন্ত সময় লাগে এবং ধীরে ধীরে আপনার স্বাভাবিক কাজকর্মে ফিরে যেতে সক্ষম হওয়া উচিত। ইনজেক্শনটির প্রভাব সম্ভাব্যভাবে তিন থেকে চার মাস স্থায়ী হয়ে থাকে।

গাড়ি চালানো

আপনার ইনজেক্শন কোথায় দেওয়া হচ্ছে তার উপর নির্ভর করে এবং লোক্যাল অ্যানেস্থেটিকের জন্য প্রারম্ভিক অসাড়তা থাকায়, আপনাকে নিয়ে যাওয়ার জন্য আপনাকে কারো ব্যবস্থা করতে হবে। অসাড়তা চলে গেলে আপনি স্বাভাবিকভাবে গাড়ি চালাতে পারেন।

কাজে ফিরে যাওয়া

আপনি ইনজেক্শন নেওয়ার পর সাধারণভাবে কাজে ফিরে যেতে পারেন, অসাড়তা সাধারণতঃ দুই থেকে চার ঘন্টা স্থায়ী হয়ে থাকে।

পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলি

আপনার ইনজেক্শন নেওয়ার ছয় থেকে আট সপ্তাহ পর আপনার স্পেশ্যালিস্ট ডাক্তারের সাথে আপনার একটি ফলো-আপ অ্যাপয়েন্টমেন্টের প্রয়োজন হবে।

আরো তথ্যাবলী

ক্রিস অ্যাটকিনসন
পা ও গোড়ালির অস্ত্রোপচারের জন্য স্পেশ্যালিস্ট নার্স
টেলি: **0151 282 6000** এবং ব্লিপ **4634** চান
টেক্সটফোন নম্বর: **18001 0151 282 6000**

মিঃ উইলিয়ামের সেক্রেটারী
লিসা রেন্ট
টেলি: **0151 282 6813**
টেক্সটফোন নম্বর **18001 0151 282 6813**

NHS চয়েসেস ওয়েবসাইট **www.nhs.uk/conditions/steroid** ইনজেক্শন

উপসর্গগুলির রেকর্ড **(**অনুগ্রহ করে**,** আপনার পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্টে এটি সাথে নিয়ে আসবেন।

নীচে বিবৃত বিরতিগুলিতে আপনি কতটা ব্যথা অনুভব করছেন তার রেকর্ড করার জন্য অনুগ্রহ করে**,** প্রতিটি লাইন বরাবর একটি ক্রস চিহ্ন দিন।

এর আগে ব্যথা
কোন ব্যথা নেই--প্রচন্ডতম ব্যথা

এর পরে ব্যথা
কোন ব্যথা নেই--প্রচন্ডতম ব্যথা
(দুই ঘন্টার মধ্যে)

পরের দিন ব্যথা
কোন ব্যথা নেই--প্রচন্ডতম ব্যথা

এক সপ্তাহ পর ব্যথা
কোন ব্যথা নেই--প্রচন্ডতম ব্যথা

দুই সপ্তাহ পর ব্যথা
কোন ব্যথা নেই--প্রচন্ডতম ব্যথা

অন্যান্য
মন্তব্যগুলি..
....
....
....

লেখক: ট্রমা অ্যান্ড অথোপেডিক ডিরেক্টরেট
পর্যালোচনার তারিখ: মে 2020

ট্রাস্টের অনুমোদিত সমস্ত তথ্য অনুরোধক্রমে বিকল্প ফরম্যাটগুলিতে উপলব্ধ রয়েছে, যার মধ্যে রয়েছে অন্যান্য ভাষাগুলি, ইজি রীড বা

يمكن توفير جميع المعلومات المتعلقة بالمرضى الموافق عليهم من قبل ائتمان المستشفى عند الطلب بصيغ أخرى، بما في ذلك لغات أخرى وبطرق تسهل قراءتها وبالحروف الطباعية الكبيرة وبالصوت وبطريقة برايل للمكفوفين وبطريقة مون والكترونياً.

所有經信托基金批准的患者資訊均可以其它格式提供，包括其它語言、 易讀閱讀軟件、大字體、音頻、盲文、穆恩體（Moon）盲文和電子格式，敬請索取。

در صورت تمایل میتوانید کلیه اطلاعات تصویب شده توسط اتحادیّه در رابطه با بیماران را به اشکال مختلف در دسترس داشته باشید، از جمله به زبانهای دیگر، به زبان ساده، چاپ درشت، صوت، خط مخصوص کوران، مون و بصورت روی خطی موجود است.

زانیاریی پێوەندیدار بەو نەخۆشانەی لەلایەن **تراستەوە** پەسەند کراون، ئەگەر داوا بکرێت لە فۆرماتەکانی تردا بریتی لە زمانەکانی تر، ئیزی رید (هاسان خوێندنەوە)، چاپی گەورە، شریتی دەنگ، هێڵی موون و ئەلێکترۆنیکی هەیە.

所有经信托基金批准的患者信息均可以其它格式提供，包括其它语言、 易读阅读软件、大字体、音频、盲文、穆恩体（Moon）盲文和电子格式，敬请索取。

Dhammaan warbixinta bukaanleyda ee Ururka ee la oggol yahay waxaa marka la codsado lagu heli karaa nuskhado kale, sida luqado kale, akhris fudud, far waaweyn, dhegeysi, farta braille ee dadka indhaha la’, Moon iyo nidaam eletaroonig ah.

সহজ পাঠযোগ্য রূপ, বড় হরফের মুদ্রন, অডিও, ব্রেইল, মুন ও ইলেকট্রনিক রূপে।